

ŽILINSKO BYTČIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 50 780 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

ČISTENIE HROBOV

JEDNOHROB 50 € DVOJHROB 70 €

Dosekávajúce písma

Do 10 znakov 100 €, 11 a viac 10 €/znak

Obnova písma 1 €/znak

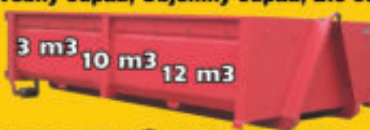
Doprava a impregnácia ZDARMA!!

Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

AKCIA
do
16.7.2024!!

PRENÁJOM KONTAJNEROV

Stavebný odpad, Objemný odpad, Bio odpad



AUTODOPRAVA ☎ 0903 431 746
www.kontajneryzilina.sk

NÁBYTOK NA MIERU

PODĽA VAŠICH
PREDSTÁV

0917 346 632

skrine, šatníky, detské izby, stoly,
spálne a postele, obývačky ...

nábytok gábor



www.nabytokgabor.sk

KAMENÁRSTVO JANTÁR

- náhrobné pomníky
- žulové zakrytia hrobov
- urny a urnové schránky
- lampáše, vázy, kríže...



0908 252 071 Doživotná záruka na prácu

www.kamenarstvojantar.sk

Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

ČISTENIE PERIA

ŠITIE PAPTÓNŮV

VANKÚŠOV

041-568 92 51, 0904 962 821

ul. Na Stanicu 1032
Žilina-Bytčica

OTV. HODINY: Pon - zatvorené, Ut-Pia: 8.00 - 17.00

VÝPREDAJ PLETIVA

najlacnejšie
v okolí



0948 199 128

ZBERNÉ: Egliškovo nám.
Paľatohospodárske 1339
Eglikovo - nad Vihom

Rôzne farby a rozmery

VRTANIE STUDNÍ

0908 943 835
0918 570 286

ŠTAHOVANIE

0911 319 509
0918 799 309

SVD

www.stahovaniervasnou.sk

BYTY, KLAVIRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

OKNÁ · DVERE · PERGOLY

www.PROFIOKNOSK.eu

AKCIA do
30.6.2024

0917 606 602

OravaKrb



NAJVÄČŠÍ VÝBER SPORÁKOV NA DREVO



DOPRAVA
AŽ K VÁM
DOMOV



- SPORÁKY A KACHLE
S TEPOVODNÝM VÝMENNÍKOM
- PALETOVÉ KACHLE
- radiátory BOSCH
- KRBY - NEREZOVÉ TROJPLÁŠTOVÉ
- KOMÍNY S MONTÁŽOU od 652 €

www.oravakrb.sk

Oravakrb - Žilina 0918 364 633
Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

Zateplenie domov-fasády

rekonštrukcie bytov-domov,
omietky, sadrokartóny,
dlažby, maľovanie, výmena rýn,
altánky a prístrešky.

0949 506 153



STATUS VIAC AKO 20 ROKOV
SKÚSENOSTÍ

FOTOVOLTIKA STAVEBNÁ ČINNOSŤ

ZVÁRANIE HLINÍKA, NEREZE
A ZÁMOČNÍCKE PRÁCE

Pri Račičanke 49 (vo dvore) Žilina-Závodie
+421 903 645 778 www.status.sk



Príprava a realizácia
online kampaní

Kompletná výroba
web stránok

VŠETKO na jednom mieste

zilinsko@regionpress.sk ☎ 0908 979 468

BRIKETY - PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM
0948 153 799 www.drevoza.sk

Bezplatný týždenník

**ŽILINSKO
BYTČIANSKO**

EV 6214/24

vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 9, týždeň 26/2024.

Redakcia: Vysokoškôľakov 6
ŽILINA
zilinsko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Dana Mráziková 0908 979 468
Veronika Žideková 0905 362 803
Barbora Gajdošová 0915 780 751

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



DISTRIBÚCIA (50.780 domácností)

pámy týždeň: Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Považský Chlmec, Trnové, Zádubnie, Zastranie, Závodie, Žilina, Belá, Bitarová, Dolný Hričov, Gbeľany, Horný Hričov, Kotlíčna Lúčka, Krasňany, Horný Hričov, Lietavská Lúčka, Nededza, Porúbka, Rosina, Stráža, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové, Hliník nad Váhom, Veľká Bytča, Hvozdnica, Kolárovice, Kotešová, Predmier, Štiavnik, Veľké Rovné
ne pámy týždeň: Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Mojšová Lúčka, Považský Chlmec, Trnové, Zastranie, Závodie, Žilina, Žilinská Lehota, Belá, Bitarová, Kamenná Poruba, Korská, Kotlíčna Lúčka, Krasňany, Lietava, Lietavská Lúčka, Babkov, Lietavská Svinná, Mojš, Nededza, Nezbudská Lúčka, Otvčarsko, Podhorie, Porúbka, Rajec, Rajecká Lesná, Poltavsie, Rajecké Tepliče, Rosina, Stráňavy, Stráža, Strečno, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové

Ydávateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIANSKO
HC	30.330	HĽOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOKCO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČIANSKO-DČA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČEŇSKO-VIK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLEŇSKO-DT-KA
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-BS
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	LUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRAĎSKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Ako sa chrániť pred komármi

Je tu leto a k nemu neodmysliteľne patria aj komáre. Väčšina z nás ich vníma ako obťažujúci hmyz znižujúci náš komfort. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR približujú možné riziká aj možnosti ochrany.

Veľké množstvo bodnutí vyvoláva podľa nich u ľudí nervozitu, zníženie sústrednosti, nepozornosť, nespavosť, podráždenosť a iné. „Zo zdravotného hľadiska ide o mikroporanenia a inokuláciu - teda vpravenie výlučkov slinných žliaz do ľudského tela. Samotné bodnutie - pichnutie, poštipanie vyvolá lokálnu imunitnú reakciu, ktorú vnímame ako bolesť, pálenie, svrbenie, sčervenanie a opuch. Normálna imunitná reakcia sa môže u niektorých osôb zmeniť na alergickú reakciu, pričom uvádzame, že vážne alergie na komáre sú najmenej desaťkrát zriedkavejšie ako nebezpečné a život ohrozujúce komplikácie po bodnutí včelou či osou a výskyt ochorení prenášaných komármi v našich končinách je veľmi zriedkavý,“ popisujú odborníci a dodávajú, že komáre najviac ťučia ráno hodinu pred a hodinu po východe slnka a večer hodinu pred a hodinu po západe slnka.

Preventívnymi opatreniami, prevažne však s lokálnymi účinkami, môžu byť: **Individuálna ochrana:**

- oblečenie s „uzlíkmi“, aby hmyz nemohol vkĺznuť pod oblečenie a nati-

ranie nepokrytých častí repelentnými prípravkami.

- Používanie éterických látok vo vonných lampách, elektrických prístrojov s vyparovaním proti hmyzu a lapačov hmyzu.
- Mechanická ochrana obydľí sieťami na okná a dvere. Ich ochrannú funkciu zvyšuje ošetrenie rámov a sieťí insekticídmi, určenými na tento účel.

Starostlivosť a čistota obytného prostredia:

- likvidácia plyných stojatých vôd, v ktorých je možný výskyt vajčiek komárov,
- pravidelné kosenie trávnych porastov v okolí obydľí,
- vyprázdňovanie nádob na polievanie záhrad (na hladinu je možné umiestniť plávajúce fólie, polystyrénové dosky, prípadne naliať malé množstvo jedlého oleja),
- likvidácia komunálneho odpadu z okolia obydľí (napríklad plechovky a plastové fľaše, kde sa v zachytenej dažďovej vode môžu liahnuť komáre),
- podpora hniezdenia hmyzožravých vtákov (lastovičiek).



» ren zdroj foto FotoshopTofs pixabay

Garážové brány
Domové dvere
Interiérové dvere
Plotové pohony

HÖRMANN

0903 82 12 12 www.autobrany.sk

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOCH

PRIAMO NA CINTORÍNĚ

čistenie dvojhrobu 100€

0944 229 001

NÁTERY STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte: 0944 813 531

Kvalitné NÁTERY STRIECH a za dobrú cenu!!!

Nátery a čistenia striech
Dlhá životnosť náteru

Obhliadka zadarmo a RÔZNE ZĽAVY hlavne pre dôchodcov!

Kontakt: **0903 846 665**
info@renaclean.sk wwwrenaclean.sk

PALIVOVÉ DREVO

TVRDÉ A MÄKKÉ

sypané v kontajneri od 4 prms do 12 prms

VEĽKOSŤ POLIENOK podľa požiadavky od 25 cm do 50 cm

objednávky **0917 249 284**

aktuálny cenník: **www.pilavelkerovne.sk**
doprava: 0,90 €/km

ŽALÚZIE

• ISO design retiazka (celotieň)
cena: 11 €/m²

• ISOLINE retiazka (jednotl. nosník)
cena: 13,50 €/m² ceny vrátane montáže

• ROLETKY: - DEŇ a NOC,
- PLISE - TEXTILNE - STREŠNÉ

• VERTIKÁL. ŽALÚZIE

• SIETKY pevné, navijacie - okenné - dverové

OPRAVY ŽALÚZIÍ

0903 525 784
vlado.michal72@gmail.com

PALIVOVÉ DREVO UKLADANÉ

mäkká metrovica - 53 €/pr
klátiky štiepané - 67 €/pr

tvrdá metrovica - 63 €/pr
klátiky štiepané - 77 €/pr

DOVOZ ZABEZPEČÍME
0911 090 185
0905 193 790

PREDAJ OVOCIA NA KVAS

dovoz až k Vám domov

0950 811 609

ŽALÚZIE, SIETKY OPRAVY ŽALÚZIÍ

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIETKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

STAVEBNÉ PRÁCE

- Zatepl'ovanie fasád aj s lešením
- Čistenie a maľovanie fasád
- Rekonštrukcie domov a bytov
- Prenájom lešenia a stropného debnenia

trendstavby.sk 0904 388 399

BRIKETY DREVENÉ

od **220 €/paleta**

RUF /HRANATÉ/
NESTRO /VALCOVÉ/
0915 782 120

BM KOMÍNY KOMINÁR

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

MUROVANIE KOMÍNOV s nerezovou vložkou

ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!

0911 315 249 ■ **www.bmkominy.sk**

Pre podanie si **INZERÁTU** píšte **zilinsko@regionpress.sk**



Správna voľba

34% ZĽAVA

6.99
4.59

Kuracie prsné rezne XXL
cena za 1 kg



53% ZĽAVA

7.49***

3.49

• (1 kg = 6.98)
Čučoriedky
500 g balenie



2+1 ZADARMO

2.06**

1.38*

Maslo
200 g

*Cena za kus pri kúpe 3 kusov = 1.38 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 2.06 €
Cena za 2 kusy = 4.12 €



45% ZĽAVA

0.99

0.54

Dyňa červená
cena za 1 kg



LIDL
STANOK
DENNE ČISTÝE

25% ZĽAVA

3.99

2.99

Prosecco DOC Frizzante
0,75 l



ITALIAMO
Italian Style

OBJAVTE VIAC AKO
115
PRODUKTOV
INŠPIROVANÝCH
Talianskom



ITALIAMO
Mascarpone

31% ZĽAVA

4.38

2.99

Mascarpone
500 g
41% tuku



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na rovnakú množnosť produktu a akrového typička.

Ponuka tovaru platí od 1. 7. do 7. 7. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

METALSKOBA
KLAMPIARSKÉ CENTRUM

KJG
QUALITY

- ODKVAPOVÝ SYSTÉM
- STREŠNÁ KRYTINA

NÁJDETE NÁS:
Kamenná 91, Žilina, 0903 638 463
Langsfeldova 5, Martin, 0902 670 406 www.metalskoba.sk

Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY

☎ 0948 300 988 ☎

REKONŠTRUKCIE DOMOV

ZATEPLENIE DOMOV,
OPLOTENIA A DLAŽBY

☎ 0907 382 062

PALIVOVÉ DREVO

- metrovica
- polienka
- pelety

☎ 0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

slovenská
firma

**BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny**

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

ZÁMER PRENÁJMU MAJETKU ŽSK OVS č. 001/2024/ONS M

Žilinský samosprávny kraj, Komenského 48, 011 09 Žilina (ďalej len „vyhlasovateľ“) podľa zákona č.446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v platnom znení zverejňuje zámer prenájmu svojho majetku formou obchodnej verejnej súťaže:

stavba – učilište s.č. 419 na pozemku parc. KN-C č. 1573/1,

pozemok parc. KN-C č. 1573/1 zastavaná plocha a nádvorie o výmere 1170 m² a

pozemok parc. KN-C č. 1573/2 zastavaná plocha a nádvorie o výmere 858 m², ktoré sú zapísané na liste vlastníctva č. 2234, kat. územie Žilina, obec Žilina, okres Žilina pre vlastníka Žilinský samosprávny kraj, Komenského 48, 011 09 Žilina v podiele 1/1.

Obchodné podmienky pre uchádzačov sú uverejnené na úradnej tabuli v sídle vyhlasovateľa a na www.zilinskazupa.sk v časti: Obchodné verejné súťaže na prenájom.

Lehota na doručenie cenových ponúk je **do 01.07.2024 do 12:00 h na adresu vyhlasovateľa**. Informácie: e-mail: martina.krivanova@zilinskazupa.sk, tel. č. 041/5032 332.

kamstav
kompletné kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk
MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)
Radi Vás navštívime: 0908 965 976

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989

-50%
na všetky pomníky

SPISUJEME OBJEDNÁVKY
PRE ROK 2024
ZA MINULOROČNÉ CENY

DOPRAVA ZDARMA

PEKNÁ STRECHA

NÁTERY STRIECH
VÝMENA STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV

Za priateľnú cenu
☎ 0908 842 631

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- Stavba troj vrstvových komínov
- Prestavby nadstrešných častí komínov
- Rekonštrukcia a sietkovanie komínov
- Montáž zrealizujeme za jeden deň

frézovanie
od 15€/bm

OBHLIADKA
KOMÍNOV
ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA 35%
na materiál
☎ 0904 157 144, 0903 874 784

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCELOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

☎ 0948 267 814

✉ kaminsro@kaminsro.sk

🌐 kaminsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

- ✓ ZATEPLENIE RODINNÝCH DOMOV, FASÁDY
- ✓ REKONŠTRUKCIE DOMOV, BYTOV
- ✓ ELEKTROINŠTALÁCIE
- ✓ OPLOTENIA
- ✓ ZÁMKOVA DLAŽBA
- ✓ STRECHY

☎ 0911 475 700

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

PRACUJEME VÝHRADNE
NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť

- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

Oprava komínu GRÁTIS

☎ 0950 266 604

ZĽAVA pre seniorov



www.bituflex.sk

Bituflexroznava@gmail.com

- Frézovanie komínov
- Vložkovanie komínov
- Revízie komínov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových a betónovo-nerezových komínov

Všetko pre Váš komín

www.kominy-kabac.sk

0908 591 216 0905 742 808

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
- OBHLIADKA KOMÍNOV

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 40%

ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

7. júla 1945 **Výročia a udalosti**

v Turčianskom Svätom Martine sa začal (dvoj-dňový) **prvý celoslovenský zjazd Demokratickej strany**, na ktorom 446 delegátov okresných a miestnych organizácií a viaceró ústredných, okresných a miestnych funkcionárov strany zvolilo **Jozefa Lettricha za predsedu strany**

čujte.sk

Nová požičovňa kajakov na Hornáde

www.cujte.sk

SKLÁDKA STAVEBNÝCH ODPADOV

ERPOS VÁŠ STAVEBNÝ PARTNER

- LIKVIDÁCIA STAV. ODPADOV
- PRENÁJOM KONTAJNEROV
- PREDAJ RECYKLÁTOV
- PREDAJ KAMENIVA
- DOPRAVA

ODVEZIEME, USKLADNÍME, ZRECYKLUJEME

RECYKLÁTY betónové, tehlové, asfaltové na zásypy, obsypy, podsypy

MOŽNÉ ZĽAVY KAMENIVO rôznych frakcií

Tel: 041/ 724 7722 Mobil: 0902 634 914 e-mail: doprava@erpos.sk www.erpos.sk

SŤAHOVANIE profi **SUVKA** Žilina

Dispečing SK - 0950 333 222 www.stahovanie-profi.sk

REKONŠTRUKCIA

- ✓ domov
- ✓ bytov na kľúč
- ✓ nadstavby a prístavby
- ✓ zateplenia domov
- ✓ fasády
- ✓ omietky
- ✓ zámková dlažba
- ✓ strechy
- ✓ altány
- ✓ oplotená
- ✓ hydroizolácie Fatrafol
- ✓ izolácie domov
- ✓ elektroinštalácia
- ✓ jadrá a nátery striech
- ✓ maľovky

VYPRATÁVANIE domov, bytov, záhrad, povalí, pivníc, garáží a nebezpečného odpadu azbest, eternit

0904 865 898

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA JÚLOVÁ PONUKA

DOKÁŽETE ČOKOLIEK S OBI

Od 10 ks¹

5,99 ks

DOSKA OSB „3 ECO“
62,5 × 205 cm, hrúbka od 12 mm. OBI č. 4735486 (4,67 €/m²)

Od 10 ks²

6,49 ks

SADROKARTÓNOVÁ DOSKA
Biela. Rozmery: 1200 × 2000 × 12,5 mm. OBI č. 5250196 (2,71 €/m²)



Od 10 bal.³

3,99

CEMENT „32,5 R“
OBI č. 4887782 (od 0,16 €/kg)

¹ Cena pri kúpe 1 ks: 6,99 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 6,69 €/ks (v OBI Trnava), 6,99 €/ks (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 ks: 5,99 €/ks.
² Cena pri kúpe 1 ks: 8,13 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 7,65 €/ks (v OBI Trnava), 8,13 €/ks (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 ks: 6,49 €/ks.
³ Cena pri kúpe 1 bal.: 4,99 €/bal. (0,20 €/kg). Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 4,79 €/bal. (v OBI Zvolen), 4,99 €/bal. (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 bal.: 3,99 €/bal. (0,16 €/kg). Platí od 28. 6. do 31. 7. 2024 alebo do vypredania zásob. Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.



Pripravte si džem alebo sorbet

Maliny nás osviežia a dodajú vitamíny

Kto by odolal príjemnej vôni a výbornej chuti šťavnatých malín. Poznáme ich viac druhov vrátane čiernych, fialových, žltých, bielych a typicky najčastejších červených. Maliny radíme medzi sezónne ovocie a zbierajú sa v lete a počas skorého jesene.

Maliny majú pre ľudský organizmus množstvo zdraviu prospešných látok. „Z vitamínov má popredné miesto vitamín C, ktorý je silný antioxidant. Obsahujú minerály, ale aj stopové prvky: meď, draslík, železo, horčík, vápnik, zinok, kobalt. Meď obsiahnutá v malinách sa odporúča tým, ktorí trpia stresovým vypätím,“ približuje na sociálnej sieti Mgr.Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave. Plody tohto ovocia obsahujú aj pomerne vysoké množstvo vitamínu A. Ten podporuje zdravý zrak, chráni bunky, ovplyvňuje kvalitu zubov, kostí, vlasov a pokožky. Vďaka biotínu a vitamínu B7 sa pri pravidelnej konzumácii týchto červených plodov môžete onedlho tešiť z pevných, odolných a hlavne dlhších vlasov. „Biotín je nevyhnutný pre správny stav pokožky. Už od pradávna sa maliny používali pri prechladnutí a akútnych ochoreniach dýchacích ciest, pri chríp-

ke, horúčkovitých stavoch, bolestiach kĺbov a neuralgii,“ popisuje odborníčka. Pozitívny účinok majú maliny aj pri problémoch s trávením.

Pozor!

Opatrne by sa mali maliny podávať alergikom a malým deťom.

Použitie

Maliny môžeme využiť pri príprave koláčov, smoothies, do jogurtov či cereálnych kaší. Pripraviť si z nich môžeme aj vynikajúci ovocný džem. V horúcich letných dňoch nás však príjemne osvieži napríklad sorbet. Prinášame skvelé recepty, na ktorých si isto pochutnáte.

Malinový džem s mäťou

Suroviny: 1kg malín, 500g cukru krupice, šľavu z dvoch citrónov, tri stonky mäty

Postup: Maliny umyjeme a necháme odkvapať na sito. Potom vložíme do misky, popučíme vidličkou a premiešame s cukrom. Necháme odležať do nasledujúceho dňa. Na ďalší deň vlejeme zmes do hrnca a privedieme k varu. Vložíme stonky mäty. Varíme a priebežne miešame až kým nezískame džem požadovanej konzistencie, môže to potrváť približne 20 minút. Pred koncom varenia



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

vyberieme z hrnca mäta a vmiešame citrónovú šťavu. Džem vlejeme do čistých zaváracích pohárov, dôkladne uzatvoríme viečkom a otočíme hore dnom.

Malinový sorbet

Suroviny: 250 ml vody, 500 g malín, 250 g práškového cukru, 1 ČL čerstvej citrónovej šťavy

Postup: Vodu zmiešame s cukrom a zahrievame kým sa cukor nerozpustí. Potom do hrnca k sirupu vsypeme maliny a varíme ich za stáleho miešania až kým sa rozvaria a vznikne malinové pyrė. To následne scedíme do misky

tak, aby sa tam nedostali zrníčka. Necháme vychladnúť. Potom vmiešame citrónovú šťavu a misku vložíme do chladničky. Po hodine preložíme sorbet do nádoby vhodnej na mrazenie a vložíme do mrazničky. Mrazíme aspoň 4 hodiny, pričom každú polhodinu zmes premiešavame vidličkou. Podávame na tanierikoch zdobených malinami a lístkami mäty alebo medovky.

Náš tip: Ak je sorbet určený dospelým, môžete doň tesne pred podávaním primiešať pár kvapiek malinového likéru.

» ren

VÝROBA A MONTÁŽ PLASTOVÝCH A HLIŇKOVÝCH

OKNA OKNA OKIEN A DVERÍ

Tieniaca technika
Sieťky proti hmyzu
Posuvné systémy
Pergoly

0917 173 667 info@eko-okna.sk
0918 392 054 ekooknaponuky@gmail.com

GARÁŽOVÉ BRÁNY

J.M. Hurbana 348/4, ŽILINA ZA BEZKONKURENČNÉ CENY

www.eko-okna.sk

VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE

PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMysel

HYUNDAI MOBIS

- Operátor výroby
- Práca v trojzmennej prevádzke
- Odmeny a bonusy (mesačné, štvrťročné, polročné, ročné)
- Doprava do zamestnania firemnými autobusmi
- Možný príspevok na ubytovanie

Plat: 7,48 € - 8,11 €/hod
Príplatky za zmenovosť:
0,35 €/hod - poobedná zmena
2,20 €/hod - nočná zmena

Miesto práce: Žilina – Gbelany
kontakt: praca@mobis.sk
041 515 8158, 041 515 8169

EKO-PROFIL
OKNÁ | BRÁNY | TIENENIE

OKNÁ | BRÁNY | TIENENIE
DARUJEME VÁM 12-ROČNÚ ZÁRUKU

ŽILINA: Kamenná 4, areál KINEKUS, 0907 284 483, za@ekoprofil.sk

www.ekoprofil.sk

Akcia platí pri registrácii do vernostného programu, do 31.7.2024. Všetky informácie v predajniach.
12-ročná záruka nezahŕňa dopravné náklady. Pravidlá záruky vo VOP.

Hľadáme šikovných pracovníkov do Mobisu na pozíciu balič/balička automobilových komponentov

Mzda na živnosť: **7,50 €/h.** + bonus
Mzda na TPP: **od 750€** + bonus + stravný lístok

0918 242 686

PRIJMEME PRACOVNÍČKU
na čistiace a upratovacie práce

Práca je na TPP, na 8 hodín + 0,5 hod. prestávka.
Pracovný čas: od 06.00 do 14.30 hod.

Miesto výkonu práce: **BYTČA**

Mzda: 750 € / brutto + 20 € odmena

Tel. kontakt: **0905 621 610** (Volať od 08:00 do 16:00)

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom SSI GROUP
plný úväzok, na dohodu (brigády)

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**
Mzda: **750-1000 EUR**/mesiac
Základ 4,31 - 4,60 EUR /hod.+ príplatky, dochádz. bonus, prís. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

PRIJMEME PRACOVNÍČKU
na čistiace a upratovacie práce

Práca je na TPP, na 6 hodín + 0,5 hod. prestávka.
Pracovný čas: od 06.00 do 12.30 hod.

Miesto výkonu práce: **BYTČA**

Mzda: 574 € / brutto + 20 € odmena

Tel. kontakt: **0905 621 610** (Volať od 08:00 do 16:00)

PRIJMEME PRACOVNÍČKU
na čistiace a upratovacie práce kancelárskych priestorov - Žilina, Solinky

Práca je v čase od 06.00 do 14.30 hod., s nástupom od 11.07.2024, na DvP.
Pracovný čas: od 06.00 do 14.30 hod.

Mzda: 5 EUR / hod. (brutto)

Tel. kontakt: **0905 621 610**

Spoločnosť Bartošek s.r.o. hľadá pracovníkov na pozície:

PREDAVAČKA - 1250€ plus príplatky
EXPEDIENT - 1400€ plus príplatky
VODIČ C - 1450€ plus príplatky

Kontakt: **0903 195 369**

Spoločnosť **ERIKS** s.r.o. **PRÍJME** zamestnancov do TPP na pozície:

- **Sústružník 6,05 €/hod.**
- **Navíjač kovových tesnení 5,80 €/hod.**
- **Ručný balič – práca v sklade (expedícia) 5,50 €/hod.**

Nástupný bonus 500 €
Mesačné prémie do výšky 20% platu
Dochádzkový bonus
Príplatok za 2. zmenu

Práca v čistom príjemnom prostredí len v dvojzmennej prevádzke
Pondelok – Piatok
Práca vhodná pre mužov aj ženy

Kontakt: **+421 (41) 285 34 21**
alebo osobne u nás v spoločnosti

KUHN - SLOVAKIA s.r.o. hľadá

MECHANIK SENIOR STAVEBNÝCH STROJOV

Mzdové podmienky (brutto) **od 1750 EUR/mesiac**

MECHANIK JUNIOR STAVEBNÝCH STROJOV

Mzdové podmienky (brutto) **od 1250 EUR/mesiac**

Celková výška odmeny je dohodnutá individuálne podľa znalosti/skúsenosti + náborový príspevok.

Náplň práce: Výjazdový technik stavebných strojov, záručný a pozáručný servis

0911 717 719 komatsu@kuhn.sk

S		3	6	1	8	2		4	
	8	4				3			1
U									
	7		3						1
D	6			8					
O		1					2		5
K	8	7	1			4		5	
									7
U	4		5	2					

S				3				7	
					5	7			
U	5			2	8				
		9			2		6		
D		3	5			8	2		
O	8		4			5		7	
K							9		
	7							6	
U		4	3						8

S									
				5	3				
U		6		8	4				9
				9					
D			1	6	7	9			
O			8	1	5				7
K	7	9						6	8
	4		3		8				
U	6			7		3			5

4. júla 1837 Výročia a udalosti
prvá diaľková železničná trať začala prevádzku medzi britskými mestami **Birmingham a Liverpool**

5. júla 1943 Výročia a udalosti
druhá svetová vojna: začala sa najväčšia tanková bitka v histórii – **Bitka v Kurskom oblúku**

3. júla 1988 Výročia a udalosti
americký krížnik **USS Vincennes** zostrelil civilné dopravné lietadlo Airbus A300 spoločnosti **Iran Air**

9. júla 1968 Výročia a udalosti
v Bratislave uskutočnili prvú transplantáciu srdca v strednej Európe a v poradí 24. na svete (päťdesiatštyriročná pacientka krátko po operácii zomrela)

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

Stannah

Ahoj, Leto!
PONUKA
**GRIL alebo
FRITÉZA**

Táto ponuka platí pri kúpe
schodiskového výťahu Stannah do
31.7.2024 a nie je platná s inými
akciami alebo ponukami.

**Vieme výborne robiť
životy ľudí úžasnými.**

Zakúpte teplo domova so
stoličkovými výťahmi Stannah, ktoré
sú navrhnuté tak, aby vám priniesli
nezávislosť a pokoj na duši.
Dôverujte našej tradícii starostlivosti
o bezpečnosť a pohodu, vďaka
ktorej akýkoľvek priestor zmeníme
na radostné a pohodlné miesto.

Služby
Špičkovej
Kvality

Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť
na zakúpenie stoličkového výťahu
peňažný príspevok od štátu.

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

EKOLOGICKÉ

**ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

**PRE PODANIE
SI INZERÁTU
PÍŠTE NA**

zilinsko@regionpress.sk

**REGION
PRESS**

**DOM
KAVY**

**DOMKAVY.SK
TRNAVA**

KAVOVA5

**ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK**